

आज तपाईंले दिनुभएको नमूनाको कोभीड-१९ को परीक्षण हुनेछ/ यदि तपाईंको परीक्षण पोजीटिभ आएमा, केहि दिन भित्र पब्लिक हेल्थ नर्सले फोन गर्नेछन, र एक हप्ता भित्र हुलाकमा चिट्ठी पाउनु हुनेछ/ यदि तपाईंको परीक्षण नेगेटिभ भएमा, हुलाकमा एउटा चिट्ठी पाउनु हुनेछ।

परीक्षण को परिणाम पर्खेँ गर्दा के गर्ने?

तपाईंमा कोभीड -१९ भए पनि वा नभए पनि, सधैं यी कुराहरु गर्नुहोस :

- बाहिर हुँदा ६ फिट को दूरी कायम राख्नुहोस
- अन्य व्यक्तिबाट ताढा रहन सक्नु हुन्न भने कपडाको मास्क लगाउनु होस
- साबुन र पानी ले कम्तिमा २० सेकेण्डसम्म पटक-पटक हात धुनुहोस वा साबुन र पानी उपलब्ध नभएमा अलकोहोल भएको ह्याण्ड सनिटीजेर प्रयोग गर्नुहोस
- खोकी र हाकछर्चू गर्दा लूगाको बाहुला वा टिशू ले छोप्नुहोस र टिशू लाई फोहोरमा फाल्नुहोस
- आँखाहरु, नाक र मुख नछूनु होस
- प्राय छोईने स्थानहरु र चिजबिज हरू समय-समय मा सफा र किटाणु रहित बनाउनु होस

तपाईंको परीक्षण परिणामले के बुझिन्छ?

यदि तपाईंको परिणाम नेगेटिभ भएमा :

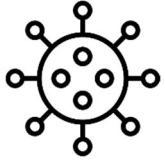
- कोभीड-१९ फैलनबाट रोक्न माथिका रोकथामका उपायहरु अपनाई रहनुहोस
- यदि तपाईंमा कोभीड-१९ को लक्षणहरु शुरू भएमा आफ्ना स्वास्थ्य सेवा प्रदायक(डाक्टर) लाई तुरन्त सम्पर्क गर्नुहोस/ फेरी एक पटक परीक्षण गरिनु पर्ने पनि हुन सक्छ/ लक्षण हरू यी हुन:
 - ज्वरो
 - मांशपेशी दुख्नु
 - खोकी
 - टाउको दुख्नु
 - सास फेर्न गाह्रो हुनु
 - घाँटी दुख्नु
 - चिसो हुनु
 - स्वाद र गन्ध थाहा नपाउनु
 - चिसो भएर पटक-पटक काप्नु

- यो सम्झनुहोस :आजको परीक्षण ले तपाईं संक्रमित वा विरामी हुनुहुन्छ भन्ने बताउँछ/ भविष्यमा तपाईं को परीक्षण परिणाम पोजीटीभ पनि हुन सक्छ/ हेल्थ डिपार्टमेंट को सेरोलोजी (रक्तोदक विज्ञान)कार्यदल को विश्लेषण को आधारमा सेरोलोजिक (प्रतिरक्षी) को परीक्षण, व्यक्तिहरु को स्वास्थ्य बारे भरपर्दो जानकारी दिनको निम्ति सठिक हुँदैन/

यदि तपाईं को परिणाम पोजीटीभ भएमा :

- तपाईंको स्वास्थ्य सेवा प्रदायक (डाक्टर) ले तपाईंको कूनै पनि लक्षणहरु को हेरबिचार र उपचार को बारेमा भन्नेछन
- आफ्ना स्वास्थ्य सेवा प्रदायक(डाक्टर) सँग बातचीत नभए सम्म घरमै बस्नुहोस
- तपाईं कहिले देखी आफ्नो सामान्य क्रियाकलाप मा फर्कन मिल्ने भनेर हेल्थ डिपार्टमेंट ले भन्ने छ/ तपाईंसँग सम्पर्क भएका ब्यक्तिहरु का बारेमा पनि सोध्नेछन/

थप जानकारी लिनुहोस healthvermont.gov/COVID-19



Today you gave a specimen that will be tested for COVID-19. If your test result is positive, a Public Health Nurse will call you in a few days, and you will get a letter in the mail within a week. If your test result is negative, you will get a letter in the mail within a week.

What can you do while you wait for your results?

Whether you have COVID-19 or not, you should always:

- Keep a 6-foot distance from others when you are out.
- Wear a cloth face mask if you cannot avoid close contact with other people.
- Wash your hands often for at least 20 seconds with soap and water or use an alcohol-based hand sanitizer if soap and water are not available.
- Cover your coughs and sneezes with your sleeve or a tissue and throw the tissue in the trash.
- Avoid touching your eyes, nose and mouth.
- Routinely clean and disinfect frequently touched surfaces and objects.

What do your test results mean?

If your results are negative:

- Continue taking the prevention steps above to stop the spread of COVID-19.
- Call your health care provider right away if you start to have symptoms of COVID-19. You might need to be tested again. Symptoms include:
 - Fever
 - Cough
 - Shortness of breath or difficulty breathing
 - Chills
 - Repeated shaking with chills
 - Muscle pain
 - Headache
 - Sore throat
 - New loss of taste or smell
- **Remember: Results from today's test will tell you if you are infected or sick today.** It is possible that you could test positive in the future. Based on an analysis by the Health Department's Serology Working Group, serologic (also known as antibody) testing is not yet accurate enough to give individuals reliable information about their health.

If your results are positive:

- Your health care provider will talk to you about your care and treatment of any symptoms.
- Stay home until you speak with your health care provider.
- The Health Department will follow up with you and let you know when you can return to your regular activities. They will also talk to you about your close contacts.

Get more information at healthvermont.gov/COVID-19.